

医学毕业生完美主义人格、 应对方式与就业焦虑的关系研究

张 斌¹, 邱致燕², 蒋怀滨³, 王叶飞¹, 郑珏琳¹

(1. 湖南中医药大学人文社科学院应用心理学系, 2. 护理学院, 湖南 长沙 410208; 3. 福建师范大学福清分校人文系, 福建 福州 350300)

摘要:目的:探讨应对方式在医学毕业生完美主义人格与就业焦虑关系中的中介效应,为减轻医学毕业生就业焦虑提供依据。方法:采用 Frost 多维完美主义量表、简易应对方式问卷、就业焦虑问卷对 220 名大学毕业生进行调查研究。结果:就业不安在性别上存在显著差异,女生显著高于男生。工作焦虑在专业上存在显著差异,医学生显著高于非医学生。适应不良完美主义、消极应对方式与就业焦虑均呈显著正相关。消极应对方式在适应不良完美主义与就业焦虑关系中起部分中介作用,中介效应占总效应的 13.2%。结论:适应不良完美主义人格和消极应对方式是影响就业焦虑的重要因素,应避免适应不良完美主义的消极作用,降低消极应对方式的使用频率,从而减少毕业生的就业焦虑。

关键词:完美主义人格;应对方式;就业焦虑;医学毕业生

中图分类号: R195

文献标识码: A

文章编号: 1671-0479(2014)04-319-005

doi: 10.7655/NYDXBSS20140414

随着我国高等教育招生规模扩大,高等教育模式逐步从精英教育转变为大众教育,毕业生人数从 2002 年的 145 万猛增到 2014 年的 730 万,毕业生供需矛盾和结构化矛盾突出,特别是全球性金融危机以来,就业形势日益严峻,使得许多大学生对自己的就业预期感到茫然甚至悲观,就业焦虑也随之产生。毕业生就业焦虑是指毕业生在面临就业时心理上准备不足,感到无力把握自己的命运,不知怎样面向就业竞争而引发心理冲突或就业中遭到挫折的一种复杂情绪反应^[1]。适度的就业焦虑是必要的,可以激励大学生,使他们抓紧时间学习各种技能和知识以完善充实自己,提高自身综合素质,积极参与市场竞争。但是过度的就业焦虑对高校毕业生的职业生涯发展产生消极影响,严重者甚至出现过激行为,容易导致严重的心理障碍或疾病,给社会的和谐稳定

带来隐患,是当前高校亟待解决的重要问题。

有学者研究表明,多种人格特质影响个体感知的就业焦虑水平,如内外向、神经质、精神质等^[2]。完美主义是一种力求尽善尽美地完成的任务并伴随批判性自我评估倾向的人格特质,可以分为适应完美主义和适应不良完美主义两种^[3]。适应不良完美主义是影响心理健康的一个重要因素,经常与强迫症、焦虑症、厌食症等心理问题相关^[4]。在影响就业焦虑的因素中,应对方式也是其中一个重要的变量。有学者指出,大学生倾向于采用解决问题的积极应对方式,那么他们的就业焦虑水平可能相对较低;倾向于采用回避问题的消极应对方式,那么他们的就业焦虑水平可能相对较高^[5]。完美主义与应对方式关系密切,大学生完美主义程度影响到其所采用的应对方式^[6]。

基金项目:全国教育科学“十二五”规划 2013 年度教育部青年课题(EIA130411),湖南省社会科学基金(13B08),湖南省教育科学“十二五”规划 2014 年度立项课题(XJK014BGD055),湖南省情报与决策咨询课题(2013ZZ3),湖南省教育厅优秀青年项目(13B081),福建省教育科学十二五规划一般项目(KJJKCG13-191)

收稿日期:2014-06-09

作者简介:张 斌(1983-),男,江西东乡人,博士,副教授,主要研究方向为应用心理学。

纵观大学生就业焦虑的研究成果,不难发现研究主要集中在:对就业焦虑的定义、就业焦虑的影响因素,以及有效缓解就业焦虑的对策探讨等方面^[7-8]。目前,多涉及完美主义与就业焦虑的研究,完美主义与应对方式的研究,应对方式与就业焦虑的研究,但将应对方式作为中介变量,对完美主义人格特质和就业焦虑相互之间的关系、相互作用的机制进行探讨的研究较少。本研究目的在于探讨应对方式在医学毕业生完美主义人格特质与就业焦虑的关系中是否有中介作用,从而揭示完美主义与就业焦虑关系的相互作用机制,为有效调节医学毕业生的就业焦虑提供切实依据。

一、研究对象与方法

(一)研究对象

本研究采用整群随机抽样,在长沙某大学选取应届本科毕业生进行调查,共发放问卷 235 份,回收有效问卷 220 份,有效率为 93.62%。其中男生 88 人,女生 132 人;医学类专业学生 173 人,非医学类专业学生 47 人。

(二)研究工具

1. 完美主义量表

本研究采用訾非^[9]修订的 Frost 多维完美主义量表中文版,量表包括担心错误、行动疑虑、个人标准、父母期望、父母批评和条理性 6 个因子,共 35 个条目,采用 1(非常不符合)~5(完全符合)级评分,得分越高表明完美主义的程度越高。在 Frost 对完美主义划分中,适应完美主义对应着个人标准、条理性这两个维度,非适应性完美主义对应着担心错误、行动疑虑这两个维度^[10]。本研究选取了 Frost 多维完美主义量表中文版的担心错误、行动疑虑、个人标准、条理性 4 个维度进行调查。

2. 简易应对方式问卷

采用解亚宁^[11]编制的简易应对方式问卷,问卷采用 0(不采取)~3(经常采取)级计分,共 20 个项目,包括积极应对维度和消极应对维度,分数越高,代表该类应对方式倾向越明显。量表具有良好的信

度和效度。

3. 就业焦虑问卷

该问卷由张晓琴^[8]编制,分半信度为 0.83,内部一致性信度为 0.91。分为就业恐惧、就业不安、就业焦虑和面试焦虑 4 个维度,共 30 个条目,每个条目采用 1(完全不符合)~4(非常符合)级计分。将 4 个维度分数相加得出总分,分数越高,就业焦虑程度越严重。

(三)统计学方法

采用 SPSS16.0 统计学软件。计量资料用均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,两组间比较采用 *t* 检验,因素间进行相关性分析和中介效应分析。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

二、结果

(一)毕业生就业焦虑得分的性别和专业差异

毕业生在就业恐惧、工作焦虑、面试焦虑、就业焦虑总分上性别差异不显著,但女生的就业不安得分高于男生,差异显著($P < 0.05$)。毕业生在就业恐惧、就业不安、面试焦虑、就业焦虑总分上专业差别不显著,但医学类专业的学生工作焦虑得分高于非医学类专业学生,差异显著($P < 0.05$,表 1)。

(二)毕业生完美主义、应对方式与就业焦虑的相关分析

表 2 显示,适应完美主义与积极应对方式呈显著正相关,与消极应对方式、就业焦虑总分相关性不显著;适应不良完美主义与消极应对方式、就业焦虑总分呈显著正相关,与积极应对方式相关性不显著;积极应对方式与就业焦虑总分相关性不显著,消极应对方式与就业焦虑总分呈显著正相关。

(三)应对方式在毕业生完美主义与就业焦虑关系中的中介效应分析

Baron 和 Kenny^[12]提出中介效应检验必须满足以下条件:①自变量(X)能显著预测中介变量(M)、因变量(Y);②控制自变量(X)后,中介变量(M)能显著预测因变量(Y);③控制中介变量(M)后,自变量(X)对因变量(Y)的预测作用明显降低。如果控制

表 1 毕业生就业焦虑性别和专业差异比较

(分, $\bar{x} \pm s$)

项目	性别			专业		
	男(n=88)	女(n=132)	<i>t</i> 值	医学类(n=173)	非医学类(n=47)	<i>t</i> 值
就业恐惧	21.68 \pm 5.95	21.96 \pm 7.63	0.30	22.01 \pm 7.07	21.32 \pm 6.98	0.59
就业不安	19.55 \pm 4.52	20.94 \pm 5.78	2.00*	20.68 \pm 5.56	19.47 \pm 4.59	1.37
工作焦虑	11.85 \pm 2.99	12.14 \pm 2.77	0.74	12.28 \pm 2.72	11.11 \pm 3.15	2.53*
面试焦虑	13.26 \pm 2.73	13.67 \pm 3.21	0.98	13.70 \pm 3.05	12.83 \pm 2.92	1.75
就业焦虑总分	66.34 \pm 13.84	68.71 \pm 15.66	1.15	68.68 \pm 15.32	64.72 \pm 13.58	1.61

* $P < 0.05$ 。

表2 完美主义、应对方式和就业焦虑的相关分析

(r值)

项目	分值($\bar{x} \pm s$)	适应完美主义	适应不良完美主义	积极应对方式	消极应对方式
适应完美主义	42.98 ± 6.60	1			
适应不良完美主义	34.22 ± 7.30	0.29**	1		
积极应对方式	22.84 ± 5.19	0.18**	-0.07	1	
消极应对方式	10.20 ± 3.89	-0.09	0.31**	0.22**	1
就业焦虑总分	67.83 ± 15.02	0.04	0.49**	-0.03	0.34**

** $P < 0.01$ 。

中介变量(M)后,自变量(X)对因变量(Y)仍有显著的预测,就存在部分中介效应;如果控制中介变量(M)后,自变量(X)对因变量(Y)无显著的预测,就存在完全中介效应。高校毕业生适应不良完美主义人格、消极应对方式与就业焦虑均呈显著正相关,符合合作中介变量分析的条件。

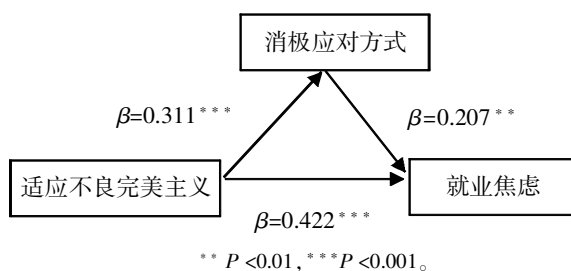
表3显示,第一步以适应不良完美主义为自变量,就业焦虑为因变量,结果显示适应不良完美主义对就业焦虑具有显著预测作用($\beta = 0.486, t = 8.218, P < 0.001$);第二步以适应不良完美主义为自变量,消极应对方式为因变量,结果显示适应不良完美主义对消极应对方式具有显著预测作用($\beta = 0.311, t = 4.828, P < 0.001$)。适应不良完美主义可以分别显著

预测就业焦虑与消极应对方式,所以满足条件①。在第三步中,控制了适应不良完美主义后,消极应对方式仍可显著预测就业焦虑($\beta = 0.207, t = 3.410, P < 0.001$),满足了条件②。同时,从第三步可以看出,控制消极应对方式后,适应不良完美主义对就业焦虑的预测作用明显降低,适应不良完美主义对就业焦虑的标准化回归系数由中介变量引入前的0.486下降到中介变量引入后的0.422,但仍然显著($\beta = 0.422, t = 6.939, P < 0.001$);且消极应对方式显著预测就业焦虑($\beta = 0.207, t = 3.410, P < 0.001$),说明了消极应对方式在适应不良完美主义与就业焦虑之间起部分中介作用(表3)。中介效应所占总效应的百分比为 $0.311 \times 0.207 / 0.486 = 13.2\%$ 。部分中介效应模型见图1。

表3 消极应对方式在适应不良完美主义与就业焦虑中的中介效应检验

	标准化回归方程	R^2	B	SE	β	t	P
第一步	$Y = 0.486X$	0.237	1.001	0.122	0.486	8.218	<0.001
第二步	$M = 0.311X$	0.097	0.166	0.034	0.311	4.828	<0.001
第三步	$Y = 0.207M$	0.275	0.801	0.235	0.207	3.410	<0.001
	+0.422X		0.868	0.125	0.422	6.939	<0.001

X指适应不良完美主义,M指消极应对方式,Y指就业焦虑; R^2 指测定系数, B 指偏回归系数, SE 指标准误, β 指标准化回归系数。



** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$ 。

图1 消极应对方式在适应不良完美主义和就业焦虑间的部分中介模型

三、讨论

(一)就业焦虑特点分析

本研究结果显示,毕业生就业焦虑总分及大部分因子在性别、专业得分上差异不显著,这与安雅然^[13]的研究结果相符合,与张玉柱等^[14]的研究结果不一致。女生在就业不安因子得分高于男生,可能的解释是在社会求职、用人等方面存在着性别歧

视,使高校女毕业生在就业准备时感到不安。以往的研究多认为就业焦虑存在显著的性别差异,本研究的结论与其有相似之处,总体上,女生的就业焦虑高于男生,但也有明显的不同之处。这可能与以往就业焦虑的研究中多采用状态—特质焦虑问卷,因此在具体的维度上不能很好地体现出差异有关。医学生在工作焦虑因子得分上高于非医学生,这可能与当前医疗环境有关,医学生从事的工作强度大且风险性高,使得医学生更能知觉到工作焦虑。

(二)完美主义、应对方式与就业焦虑的相关分析

不同人格特质的个体有其偏好的应对方式。本研究结果显示,适应完美主义与积极应对方式呈显著正相关,适应不良完美主义与消极应对方式呈显著相关,这一结果与孙鉴等^[15]的结论一致。从具体维度来看,个人标准和条理性代表着适应完美主义维度,说明高标准且条理性高的毕业生重视逻辑规则,讲究如何有条不紊地达到目标,容易采用积极有效的应对方式;担心错误、行动疑虑代表着适应不良完

美主义维度,说明高校毕业生在面临就业时,经常担心害怕出错的大学生往往怀疑自己的能力,并具有低自信、低自尊等人格特点,在行动上往往犹豫不决,从而导致其更容易采取消极的应对方式。因此,为防止高校毕业生过多采用消极的应对方式,应该更多关注适应不良完美主义的担心错误、行动疑虑这两个分量表对毕业生应对方式的影响。就业焦虑与消极应对方式显著正相关,这说明消极的应对方式使得压力源不能得到有效解决,无助于毕业生就业焦虑水平的降低,甚至反而会增加。适应不良完美主义与就业焦虑显著正相关,这说明适应不良完美主义得分越高的毕业生越容易产生就业焦虑,这提示要解决毕业生就业焦虑问题首先要培养大学生健全人格,正确指导大学生就业。

(三)应对方式在完美主义人格与就业焦虑关系中的中介效应分析

人格可以通过应对方式对心理健康产生影响。本研究发现,适应不良完美主义不但对就业焦虑有直接影响,而且消极应对方式在适应不良完美主义与就业焦虑中存在部分中介效应,中介效应占总效应的13.2%。也就是说,个体适应不良完美主义水平越高,越倾向于采用消极应对方式,其就业焦虑水平越高。根据Frost提出的适应不良完美主义的定义,适应不良完美主义个体在行动时过多考虑行为的正确性,做事犹豫不决,害怕失败,在应激情境下,更容易采取消极应对方式。面对就业压力,个体采用消极应对方式使得压力源得不到有效解决,不但不能缓解焦虑,反而可能增加就业焦虑。因此,适应不良完美主义水平高的个体在择业时要摆正心态,不要过分担心错误和迟疑,放宽心态面对就业问题;另外,多采取积极的应对方式,更有利于缓解就业焦虑。

四、建议与对策

根据本研究结果,针对毕业生的就业焦虑状况,提出以下几点建议。首先,高校就业管理部门以及相关心理健康的工作人员在开展就业指导工作时,应该帮助学生树立正确的、适当的职业理想和职业期待,并且应该多加关注大学生中的适应不良完美主义者,适应不良完美主义大学生更容易产生较高的就业焦虑,应当帮助他们健全和完善完美主义人格,使之朝着更具适应性的方向发展。其次,大学生应当确定适合自己的择业目标,并且积极为之努力,避免行为的迟疑拖延及过多担心和害怕失败。最后,大学生应降低消极应对方式的使用频率,加强自身积极应对能力的训练和培养,提高解决问题的能力。本研究发现,消

极应对方式对适应不良完美主义人格与就业焦虑的关系具有中介作用,在面临就业困境时,如果毕业生降低消极应对方式、增加积极应对方式的使用频率,将能有效地降低就业焦虑等不良情绪。

参考文献

- [1] 刘颖. 河南省大学毕业生就业焦虑状况调查[J]. 中国健康教育, 2012, 28(7): 558-560
- [2] 王平, 徐礼平, 王俊. 医学生择业效能感与心理安全感关系[J]. 中国公共卫生, 2011, 27(10): 1334-1335
- [3] 张斌, 谢静涛, 蔡太生. 完美主义人格的结构及特点[J]. 中国心理卫生杂志, 2013, 27(3): 215-219
- [4] Wheeler HA, Blankstein KR, Antony MM, et al. Perfectionism in anxiety and depression; Comparisons across disorders, relations with symptom severity, and role of comorbidity[J]. International Journal of Cognitive Therapy, 2011, 4(1): 66-91
- [5] 梁晓燕, 梁栋青. 大学生职业期望、应对方式和就业焦虑的关系研究[J]. 高教探索, 2012(3): 124-127
- [6] 宋尚桂, 张美艳, 何光明. 大学生完美主义与应对方式的关系[J]. 济南大学学报, 2009, 19(2): 69-72
- [7] 蔡水清, 李根平. 大学毕业生就业焦虑及心理指导[J]. 黑龙江高教, 2007(7): 61-62
- [8] 张晓琴. 江苏省高校毕业生就业焦虑预测因素分析[D]. 苏州: 苏州大学, 2005
- [9] 訾非, 周旭. 中文Frost多维度完美主义问卷的信效度检验[J]. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(6): 560-563
- [10] Frost RO, Heimberg RG, Holt CS, et al. A comparison of two measures of perfectionism[J]. Personality and Individual Differences, 1993, 14(1): 119-126
- [11] 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究[J]. 中国临床心理学杂志, 1998, 6(2): 114-115
- [12] Baron R, Kenny D. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research; conceptual, strategic, and statistical considerations[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1986, 51(6): 1173-1182
- [13] 安雅然. 大学毕业生焦虑心理的调查与分析[J]. 武汉体育学院学报, 2003, 37(3): 143-145
- [14] 张玉柱, 陈中永. 高校毕业生择业焦虑的心理教育实验研究[J]. 心理发展与教育, 2006, 22(3): 99-101
- [15] 孙鉴, 甘怡群, 刘君, 等. 高校研究生完美主义与应对方式: 自我效能的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(6): 729-732

The relationship among medical undergraduate students' perfectionism, coping style and employment anxiety

Zhang Bin¹, Qiu Zhiyan², Jiang Huaibin³, Wang Yefei¹, Zheng Juelin¹

(1. Department of Applied Psychology, 2. Nursing School, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410208; 3. Department of Humanity Science, Fuqing Campus, Fujian Normal University, Fuzhou 350300, China)

Abstract: Objective: To explore the mediating effect of coping style on perfectionism and employment anxiety among medical undergraduate students, and to provide evidence for alleviating their employment anxiety. **Methods:** A total of 220 undergraduate students were selected and demanded to complete the Frost multidimensional perfectionism scale, coping style questionnaire and employment anxiety questionnaire. **Results:** The results showed the following: (1) the female undergraduate students showed more employment uneasy than the male students, and the medical students showed more job anxiety than the non-medical students. (2) There were significantly positive correlations among maladaptive perfectionism, negative coping style and employment anxiety. (3) Negative coping style partially mediated the relationship between maladaptive perfectionism and employment anxiety. Maladaptive perfectionism and negative coping style played important roles in undergraduate students' employment anxiety, and the mediating effect covered 13.2% of the total effect. **Conclusion:** We should avoid the negative influences of the maladaptive perfectionism and reduce the frequency of negative coping style to ease the employment anxiety of undergraduates.

Key words: perfectionism personality; coping style; employment anxiety; medical undergraduate students

《南京医科大学学报(社会科学版)》于2000年12月创刊,致力于医学教育融入人文、医学人才提升人文素养,是我校人文学科发展的窗口和园地,以发表高质量医学人文类论文、构建全国性的学术交流平台为目标,服务于我国卫生事业改革与发展。近期公布的CNKI中国学术期刊影响因子年报(人文社会科学2013版)显示,南京医科大学学报(社会科学版)计量评价指标与2012年版比较有喜人表现,数据和排名进一步提升:期刊综合影响因子为0.479(去年0.370),增幅达29.5%,首次进入全国综合性人文、社会科学学科期刊前五十,跃居第46位(46/639),这是继去年首次进入前百位(72/662)后的又一突破。复合影响因子0.615,增幅达20%。引用我刊文献前十位的期刊中不乏中文核心刊物,充分说明我刊发表的论文,在社会和学界得到了良好评价,在国内医学人文领域已有一席之地。

《南京医科大学学报(社会科学版)》坚持探索性、争鸣性、学术性的办刊原则,主要栏目有:专论、卫生政策研究、医学法学、医学伦理、社会医学、医院管理、健康教育、医学教育等。医学与人文融合是本刊特色和约稿重点,希望借助这样的学术交流平台,多出精品,促进医学与人文社会科学研究的繁荣和发展。欢迎医学界各方面专家、学者,卫生行政部门领导,医疗机构工作人员、医学院校教师、学生积极为本刊撰稿。